



なつやすみ

令和5年7月25日 NO.5

札幌市立ひがしなえぼ幼稚園

保健室

明日からなつやすみです❀

明日から夏休みがはじまります。新型コロナウイルス感染症が5類に移行してからは初めての夏休みなので、今まではなかなか行けなかった遠方に行かれる方もいらっしゃると思います。お出かけの際は、交通事故や水・火の事故などにも十分注意してお過ごしください。

夏休みの配布物・提出物

①親子はみがきカレンダー（表面）

⇒お子さんが毎日歯磨きに取り組むことができれば、日付の書いてあるイラストに色を塗ります（シールやスタンプでも可）。また、保護者の方が仕上げ磨きを行った日には、日付の近くにある星マークに色を塗ってください。

②ぼくのは わたしのは（裏面）

⇒お子さんの歯の状態が記載されています。歯磨きの際などにお子さんと一緒に確認するなどして御活用ください。

③夏休みの健康調査

⇒夏休み中のお子さんの健康状態を記入していただきます。記入することがない場合でも必ず提出してください。

④緑の封筒

⇒①②③を入れて始業式**8月21日(月)**に提出してください。

⑤「はみがきますたーになろう！」（新入園児のみ）

⇒御自宅で歯磨きをする際、お手本として御活用ください。

暑い夏を健康にすごすためのやくそく

あつちゅうしょう
熱中症



きほん むり
基本は無理をしない。
かわ まえ すいぶんほきゆう
のどが渇く前に水分補給。

いちょう きのうでいか
胃腸の機能低下



せりよういんりようすい
アイスや清涼飲料水など
つめ
冷たいものを取りすぎない。

れいぼうびよう
冷房病



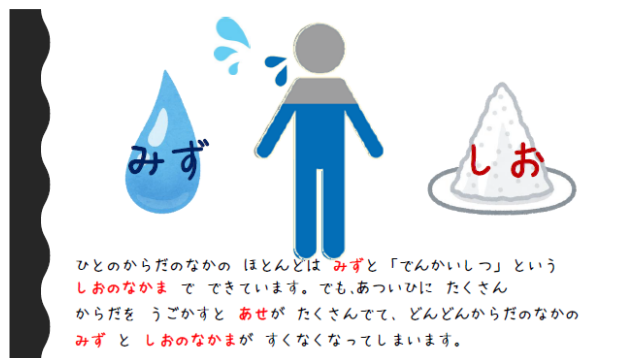
れいぼう じようず
冷房のタイマーを上手に
かつよう ひ
活用して冷えすぎに注意！



熱中症の指導を行いました！



年長組は6月27日、年中組は7月4日に熱中症の指導を行いました。一日にヒトは500ml ペットボトルと同じくらいの量の汗をかくこと、どのようにして熱中症になるのか、熱中症になるとどうなるのか、朝ごはんやお弁当で塩分を摂ることが大切であること、外に出るときは帽子をかぶること(太陽は頭のような黒色を狙って暑くするので)、体に異変を感じたらすぐに近くにいる大人に伝えることなどを、パワーポイントとクイズをしながら学びました。指導に使用したパワーポイントは絵本にして幼稚園のHPのほけんだよりのページに掲載していますので、ぜひ御家庭でも指導の振り返りとして御活用ください。



また、掲示物も今月は熱中症予防がテーマになっています。熱中症予防のポイントが描かれたパズルを楽しく組み立てながら、学べるようになっていきます。上の部分には時間ごとの予想気温や、温度計を設置し、子どもたち自身で気温を確認できるようにしています。

